

LE TOUR DU MONT BLANC



Cet itinéraire figure parmi les plus renommés et plus beaux du monde. Un incontournable des Alpes pour la majesté et la diversité des paysages rencontrés, à travers trois pays : la France, l'Italie et la Suisse. Aucun autre massif alpin n'offre un tel choix de sites et d'ascensions célèbres sur une si petite surface. Chaque soir, les chambres doubles des hôtels vous garantissent confort et repos optimal pour repartir à l'assaut des cols le lendemain.



6 jours - 5 nuits - 5 jours de marche

JOUR 1 : LE FAYET - COL DU TRICOT - LES CONTAMINES-MONTJOIE

5 h de marche **+670 m / -1300 m**

Hébergement : hôtel. Repas inclus : soir. Repas libres : matin, midi. Transfert : 50 minutes.

Rendez-vous devant la gare SNCF du Fayet avec le taxi qui transporte vos bagages. Notre tour du Mont-Blanc débute réellement en haut du tramway du Mont Blanc pour une étape au pied des hauts sommets. Une légère descente à travers bois permet de gagner le pied du glacier de Bionnassay, avant de remonter la belle combe du Tricot qui mène au col du même nom (2120 m). Une belle descente sur son versant sud mène au magnifique alpage de Miage (1560 m) et à ses chalets au pied des fameux dômes de Miage. Une courte remontée aux chalets du Truc, avant de redescendre en forêt jusqu'au village des Contamines-Montjoie.

JOUR 2 : LES CONTAMINES-MONTJOIE - LES CHAPIEUX - BOURG-SAINT-MAURICE

6 h de marche **+1300 m / -940 m**

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 10 + 30 minutes.

Court transfert matinal jusqu'à la chapelle de Notre-Dame-de-la-Gorge, avant d'emprunter la voie romaine en direction du refuge de Nant Borrant. La montée progressive au célèbre col du Bonhomme (2329 m) annonce un superbe passage au sud du massif. Vous êtes à cheval sur le massif du Mont-Blanc et celui du Beaufortain. L'ascension se prolonge jusqu'au col de la Croix-du-Bonhomme (2433 m). Magnifique panorama sur le mont Pourri (3779 m). Descente versant sud dans les alpages jusqu'au hameau typique des Chapieux, domaine des vaches tarines. Transfert en fin d'après-midi à Bourg-Saint-Maurice.

JOUR 3 : LA VILLE DES GLACIERS - COL DE LA SEIGNE - COURMAYEUR

5 h 30 de marche **+750 m / - 870 m**

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 30 + 15 minutes.

Transfert de Bourg-Saint-Maurice au hameau de La Ville des Glaciers, haut lieu de fabrication du fameux fromage beaufort. Montée dans les alpages du col de la



Seigne (2516 m), frontière entre France et Italie. De ce point de vue splendide, les versants du massif deviennent plus qu'imposants ! Descente dans le très beau val Vény au pied du glacier du Miage et de son lac bucolique où pousse une flore alpine unique. La descente se poursuit dans le vallon au pied de l'ancienne moraine du glacier, jusqu'à La Visaille. Transfert dans l'après-midi en bus local jusqu'à Courmayeur, capitale de l'alpinisme italien où nous profitons de la soirée.

JOUR 4 : COURMAYEUR - GRAND COL FERRET - CHAMPEX

4 h 30 de marche **+830 m / -770 m**

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, soir. Repas libre : midi. Transfert : 40 + 45 minutes.

Transfert en bus vers Arnuva, au coeur du magnifique val Ferret italien, au pied des magnifiques Grandes- Jorasses. Montée progressive en alpages au grand col Ferret (2537 m) en passant par le refuge Elena. Ce col marque la frontière entre Italie et Suisse. Une fois la frontière passée, descente vers le hameau de Ferret (1740 m) au fond du val Ferret, suisse cette fois ! Transfert dans l'après-midi en Car postal pour le village de Champex, connu pour son lac dont vous aurez le temps de profiter.

JOUR 5 : CHAMPEX - TRIENT - ARGENTIÈRE (FENÊTRE D'ARPETTE EN OPTION)

5 h 30 à 6 h 30 de marche **+780 m à 1200 m / - 930 m à 1380 m**

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 30 minutes.

Depuis Champex, vous partez à la découverte des alpages suisses, célèbres pour leur vaches dont le lait produit des fromages parmi les plus fameux des Alpes ! A partir de Bovines, la vue sur la vallée du Rhône et le Valais est incomparable. Après une descente progressive en forêt, vous empruntez sur quelques centaines de mètres un bisse, utilisé en Suisse pour canaliser l'eau du pied des glaciers aux vallées agricoles. Fin de randonnée au village de Trient (1280 m), et transfert au village d'Argentière, en haut de la vallée de Chamonix.

JOUR 6 : ARGENTIÈRE - LACS CHÉSERYS - LAC BLANC - CHAMONIX

5 h de marche **+1115 m / -500 m**

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 10 minutes.

Le téléphérique de la Flégère étant fermé pour la saison 2019, la descente jusqu'au Praz de Chamonix ne pourra pas s'effectuer en téléphérique (la réouverture pour 2020 est encore incertaine). Le programme est adapté comme suit : Cette journée inoubliable clôturera votre séjour en beauté ! Cette randonnée dans le massif des Aiguilles- Rouges face au massif du Mont-Blanc offre des points de vue incroyables



sur les glaciers et les sommets ! Depuis le col des Montets (1461 m), vous suivez un sentier en balcon qui vous mène aux lacs Chéserys, célèbres pour refléter les sommets les plus connus des Alpes ! Puis vous continuez jusqu'au non moins fameux lac Blanc (2352 m). Ouvrez les yeux, vous êtes au royaume des bouquetins ! Descente à pied jusqu'à Argentière ou traversée en balcon vers Planpraz pour rejoindre Chamonix en télécabine. Rendez-vous avec le taxi pour récupérer les bagages. Fin de séjour à la gare ferroviaire de Chamonix, en fin d'après-midi.

NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.



- Une boucle mythique, aux étapes incontournables, dans un cadre extraordinaire.
- Toutes les nuits en chambre double en hôtel 3 étoiles.

>DATES ET TARIFS

Dates soumises à la disponibilité hôtelière au moment de la réservation et de l'accès sur le site.

Basse saison : Du 09/09/2024 au 22/09/2024

Prix par personne (base chambre double) : 1190 €

Haute saison : Du 10/06/2024 au 08/09/2024

Prix par personne (base chambre double) : 1220 €

>LE PRIX COMPREND

- L'hébergement tel que décrit.
- Le transport des bagages.
- Les transferts de personnes aller/retour à Bourg St Maurice, de Trient à Argentière.
- Les petits déjeuners du J 2 au J 6.
- Les dîners du J 1, J2 et J 4.



- Le roadbook (ainsi qu'une carte et les bons de réservation) pour un groupe de deux à quatre personnes.
- La mise à disposition de l'ensemble des traces GPX des randonnées, sur demande.

>LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Le dîner du J 3 à Courmayeur et du J 5 à Argentière
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

Vos dépenses sur place

- Les déjeuners : épiceries, supérettes ou refuges pour vos pique-niques.
- Les déplacements en transports publics locaux et les remontées mécaniques au cours du circuit.
 - Le tramway du Mont Blanc environ 30 €.
 - La navette de Visaille à Courmayeur et de Courmayeur à Arnouva, environ 3 € par tronçon (rotation horaire régulière). En début et fin de saison, il est nécessaire de réserver ou de négocier un taxi. Se renseigner la veille auprès de votre hôte et éventuellement se regrouper avec d'autres randonneurs présents sur le parcours ou en faire la demande auprès de nos services lors de votre inscription.
 - Le bus (Car postal suisse) de Ferret/La Fouly à Champex, environ 9 €. En début et fin de saison, il est nécessaire de réserver un taxi. Vous pouvez en faire la demande auprès de nos services lors de votre inscription.
 - La navette des Praz-de-Chamonix à Chamonix est gratuite avec la carte d'hôte que vous pouvez demander à votre hébergement le soir du J 5 pour le lendemain.
- Les entrées dans les monuments, musées.
- Les boissons.
- Les pourboires.



>ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous : : Rendez vous le jour 1 à la gare SNCF du Fayet avec le taxi qui transporte vos bagages.

Fin du séjour : Le jour 6, rendez-vous avec le taxi pour récupérer les bagages. Fin de séjour à la gare ferroviaire de Chamonix, en fin d'après-midi.

>NIVEAU 3

Niveau de difficulté : (en moyenne) marche de 5 heures par jour sur sentier et/ou 600 à 800 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 kilomètres.

Préparation physique niveau 3

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1 h 30).

>HEBERGEMENTS

Toutes les nuitées en hôtels 2 ou 3 étoiles ou équivalent en chambre double.

>RESTAURATION

Nous avons le souci à la fois de vous assurer des repas équilibrés et adaptés à l'effort et de réduire au minimum le poids des sacs.

Les repas du soir, chauds et copieux, et les repas du matin sont préparés par nos hôtes. Le repas du J 2 à Bourg-Saint- Maurice n'est pas inclus. Grand choix de restaurants dans ce charmant village.

>PORTAGE

Avec transfert des bagages, vous portez uniquement vos affaires de la journée. Vos bagages sont transportés par véhicule, vous les retrouvez le soir à chaque hébergement. Votre bagage doit se limiter à un seul sac souple par personne (type duffel), ne pesant pas plus de 8kg.



>TRANSPORT / TRANSFERTS

Pour votre confort et la qualité du séjour, nous avons choisi d'écourter certaines étapes moins intéressantes. Ce séjour comprend par conséquent quelques transferts et utilise les services de remontées mécaniques :

- J 1 : tramway du Mont Blanc ou téléphérique de Bellevue.
- J 2 : transfert Les Contamines-Montjoie/Notre-Dame-de-la-Gorge en navette locale le matin ; transfert Les Chapieux/Bourg-saint-Maurice en taxi privé en fin d'après-midi.
- J 3 : transfert Bourg-saint-Maurice/La Ville des Glaciers en taxi privé le matin ; transfert La Visaille/Courmayeur en navette locale l'après-midi.
- J 4 : transfert Courmayeur/Arnuva en navette locale le matin ; transfert La Fouly/Champex en navette locale en fin d'après-midi.
- J 5 : transfert Trient/Argentière en taxi privé en fin d'après-midi.
- J 6 : téléphérique de la Flégère. Argentière - Gare SNCF de Chamonix en navette locale l'après midi.

>ACCES

Ferroviaire :

Ligne TGV jusqu'à Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet. Horaires à vérifier au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur www.oui.sncf.com.

Pour le retour, il existe des trains réguliers entre Chamonix et Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet.

En voiture :

Autoroute Blanche E25-A40 Lyon-Chamonix, sortie Saint-Gervais-Le Fayet.

Plus d'informations sur www.viamichelin.fr

A noter :

A Saint-Gervais-les-Bains-Le Fayet, possibilité de stationnement des véhicules personnels à la gare ferroviaire du Fayet. Durant l'été, le stationnement est toléré et gratuit dans certaines rues alentour et payant au parking de la gare.

A Chamonix : parking gratuit des Planards (gare du Montenvers). Au Houches, parking gratuit au pied du télécabine du

Prarion. Il y a également plusieurs parkings clos ou couverts payants avec un abonnement à la semaine.

<http://www.chamonix.net/francais/transport/parking>

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com



Des lignes de bus permettent de se déplacer dans la vallée de Chamonix, le train descend jusqu'à Saint Gervais les Bains - Le Fayet.

>LISTE DES AFFAIRES A EMPORTER

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec votre médecin en tenant compte des caractéristiques de votre circuit. Elle contiendra :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarréique, un antibiotique intestinal, un antivomitif.
- Un antitussif (en comprimés).
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, un tire-tique, une paire de gants, somnifère léger et/ou bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.

Votre équipement

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une micropolaire.
- Un pantalon de trek.
- Un chapeau, foulard ou casquette pour le soleil.
- Des lunettes de soleil (indice 3 au minimum, 4 pour la haute montagne).

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 30 à 40 litres maximum

- Une veste chaude en polaire type Polartec ou Windstopper (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).



- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Une gourde (ou poche à eau, pipette).
- Du papier-toilette et un sachet pour le jeter (en fin de journée à votre hébergement).
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum (bande adhésive et double peau, anti-diarrhéique, antalgiques, médicaments personnels).
- Un couteau de poche.
- Quelques sachets hermétiques pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (un par personne), de 8 kilos au maximum, contenant

- Une trousse et une serviette de toilette.
- Des vêtements de rechange.
- Des collants thermiques (en cas de journée froide)
- Un bonnet.
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Un drap-sac pour les nuits en gîte et en refuge.
- Des chaussures de rechange pour l'extérieur.
- Une lampe frontale.

Chaussures et matériel technique

- Des chaussures imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence type Contagrip ou Vibram.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs mais conseillés, surtout en début de saison lorsqu'il reste de la neige).

> ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. **Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit** pour votre voyage pour déclencher l'assurance. **La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur.** Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous



vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, et si vous n'avez pas souscrit à notre assurance annulation, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ **En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.**

Pour une annulation **avant le départ**, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).



Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.

